

Konseling Kognitif Behavior Bernuansa Islam Terhadap Perilaku Bullying Siswa

Tanti Agustina Selvianti

Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Makassar

Email: tantiagustinazubier09@gmail.com

Abstrak: Tujuan Penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan teknik konseling kognitif behavior bernuansa islam terhadap perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa. (2) Untuk mengetahui pengaruh penerapan konseling kognitif behavior bernuansa islam terhadap perilaku *bullying* siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa dalam mengatasi perilaku bullying siswa. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Jenis penelitian eksperimen yang digunakan adalah *quasi experimental design*, desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan dua alat yaitu, skala bullying dan observasi. Teknik analisis data menggunakan analisis data deskriptif dan analisis data inferensial. Subyek dari penelitian ini adalah siswa kelas IX sebanyak 10 orang siswa yang sering melakukan perilaku *bullying*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Tingkat perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa sebelum diberi perlakuan dalam hal ini konseling kognitif behavior bernuansa islam dengan teknik restrukturisasi berada pada kategori sedang. Akan tetapi setelah diberikan perlakuan, tingkat perilaku bullying siswa mengalami penurunan perilaku bullying berada pada kategori rendah. (2) Konseling kognitif behavior bernuansa islam memiliki pengaruh dalam menurunkan perilaku bullying siswa, artinya apabila layanan konseling kognitif behavior bernuansa islam dengan teknik *restrukturisasi* diterapkan maka akan membantu menurunkan perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa.

Kata kunci: Kognitif Behavior; Berbasis Islam ; Perilaku Bullying

Islamic Based Cognitive Behavior Counseling Againsts Student Bullying Behavior

Tanti Agustina Selvianti

Guidance and Counseling at Makassar State University
Email: tantiagustinazubier09@gmail.com

Abstract: The study aims at discovering (1) the description of the implementation of Islamic-based cognitive behavior counseling techniques on students' bullying behavior at SMPN 3 Sungguminasa, (2) the influence of Islamic-based cognitive behavior counseling on students' bullying behavior at SMPN 3 Sungguminasa in overcoming students' bullying behavior. The study employed quantitative research with experiment approach. The type of the experiment was quasi eksperimental design with one group pretest-posttest design. Sample was obtained by employing purposive sampling technique. Data collecting techniques employed two instruments, namely bullying scale and observation. Data analysis techniques used in this study were the students of grade IX with the total of 10 students who often conducted. The results of the study reveal that (1) the level of students' bullying behavior at SMPN 3 Sungguminasa before having the treatment of Islamic-based cognitive behavior counseling by using restructuring technique is in moderate category. However, after being given the treatment, the level of students' bullying behavior decreased and the bullying behavior is in low category, (2) the Islamic-based cognitive behavior counseling gives influence in decreasing students' bullying behavior, meaning that if the service of Islamic-based cognitive behavior counseling using restructuring technique, it helps decreasing students' bullying behavior at SMPN 3 Sungguminasa.

Keywords: cognitive behavior, Islamic-based, Bullying behavior

PENDAHULUAN

Bullying adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman dan terluka. Biasanya terjadi berulang-ulang dapat terjadi pada tingkat usia, tetapi puncaknya pada masa kanak-kanak akhir sampai pertengahan remaja yaitu pada usia 9-15 tahun dan mulai menurun setelah periode puncak ini (Hertz D & Wright, 2013).

Bullying merupakan bentuk kenakalan anak/remaja, karena perilaku tersebut melanggar norma masyarakat dan norma agama. Istilah bullying merujuk pada perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa atau siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut (Olweus, 2005; Coloroso, 2006). Menurut (Archer & Coyne, 2005), pembulian ini: (a) relatif lebih mudah dipandang lepas dari motif untuk merugikan orang lain secara sosial, (b) tidak memiliki tujuan fungsional/adaptif, (c) metode yang digunakan lebih tidak manipulatif, melainkan lebih koersif, (d) tidak melibatkan pengucilan sosial.

Kekerasan yang dilakukan oleh pelajar putra maupun putri di lingkungan sekolah telah membuka mata semua orang, betapa kekerasan di kalangan pelajar semakin hari semakin mengkhawatirkan. Beane (2008) menyebutkan bahwa media memiliki dampak yang cukup signifikan bagi anak-anak saat ini.

Beberapa penelitian mengidentifikasi bahwa anak-anak yang melihat banyak

kekerasan di televisi, video, game dan film menjadi lebih agresif dan kurang empati terhadap yang lainnya.

Masalah yang terjadi di sekolah tersebut adalah seorang siswa dari (kelas IX G) sering diganggu oleh temannya, korban lainnya melapor ke guru BK yaitu korban yang merasa sering dipelototi, dilihat sinis, bahkan mempengaruhi teman lainnya untuk ikut membencinya oleh pelaku. Korban tersebut apabila bertemu dengan pelaku maka akan berusaha menghindari bahkan mereka cenderung mendiamkan pelaku.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap salah seorang guru BK yang ada di sekolah tersebut bahwa kondisi ini, sudah terjadi lama namun dalam penanganannya belum memperlihatkan hasil yang maksimal.

Berdasarkan uraian diatas maka maka peneliti menawarkan teknik konseling kognitif berbasis Islam dalam rangka menangani perilaku bullying siswa. Konseling kognitif behavior berpusat pada ide bahwa orang tertentu mampu mengubah kognisi, sehingga dapat mengubah dampak pemikiran pada kesejahteraan emosi seseorang (Arnkoﬀ & Glass, 1992). Sedangkan Konseling Cognitive Behavior berbasis Islam pada dasarnya menggunakan teknik-teknik yang dimiliki oleh Cognitive Behavior Therapy namun yang membedakan terletak pada unsur-unsur keIslaman.

Cognitive behavior therapy berbasis Islam dalam pelaksanaan intervensi menggunakan sumber utama agama Islam yaitu ayat-ayat Al-Qur'an dan Al-Hadist. Selain itu, keunikan

untuk konseling cognitive behavior berbasis Islam yaitu penggunaan eksplisit tradisi keagamaan konseli sendiri sebagai landasan untuk mengidentifikasi dan mengganti pikiran dan perilaku (Michele J & Pearce, 2015).

Cognitive Behavior Therapy berbasis Islam tidak hanya membahas kognisi yang berkontribusi terhadap pola pikir, tetapi juga perilaku. Cognitive behavior therapy berbasis Islam dapat menjadi motivasi yang efektif yang dapat mendukung konseli untuk membangun pola perilaku positif untuk memerangi masalahnya (Michelle J Pearce, 2015).

Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilakukannya penelitian yang berjudul *Konseling Cognitive Behaviour Berbasis Islam*. Dengan menggunakan teknik *restrukturisasi* dalam *Konseling Kelompok*, untuk mengantisipasi perilaku bullying yang terjadi di SMPN 3 Sungguminasa. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui gambaran pengaruh teknik konseling kognitif behavior berbasis Islam terhadap perilaku bullying di siswa SMP Negeri 3 Sungguminasa (2) Untuk mengetahui pengaruh penerapan pengaruh teknik konseling kognitif behavior yang berbasis Islam terhadap perilaku bullying di SMP Negeri 3 Sungguminasa dapat mengatasi perilaku bullying di sekolah.

METODE

Metode pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, dengan jenis penelitiannya adalah *Pre-Experimental design*". Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. (Sugiyono, 2009: 32) mengemukakan bahwa "metode kuantitatif digunakan apabila ingin

diketahui pengaruh perlakuan atau *treatment* tertentu terhadap yang lain".

Adapun prosedur pelaksanaan ini meliputi, kelas atau subjek penelitian pretest, perlakuan berupa pemberian konseling kognitif behavior dengan teknik restrukturisasi dalam kegiatan konseling kelompok, posttest dan analisis data penelitian, hal tersebut dapat digambarkan sebagai berikut: (1) Identifikasi masalah atau penentuan kelas atau subyek yang akan diberikan konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik restrukturisasi, yang menjadi subyek adalah kelas IX (pelaku bullying) yang ada di SMP Negeri 3 Sungguminasa. (2) Pelaksanaan pretest terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket tentang perilaku bullying (3) Pemberian perlakuan berupa konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik restrukturisasi terhadap subyek atau kelas yang sudah ditentukan sebelumnya (konseling kelompok). (4) Pelaksanaan posttest terhadap subyek penelitian berupa pemberian angket tentang perilaku bullying siswa. (5) Untuk kebutuhan analisis data, dicari selisih score antara pretest dan posttest.

Populasi penelitian ini adalah peserta didik yang secara administratif terdaftar dan aktif dalam pembelajaran di kelas IX SMPN 3 Sungguminasa yang teridentifikasi melakukan perilaku bullying. Jumlah siswa kelas IX adalah 323 siswa. Ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang siswa, yang teridentifikasi memiliki tingkat perilaku bullying yang lebih tinggi dengan teknik purposive sampling. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala bullying dan observasi.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas 2 variabel yaitu *independent variabel* (variabel bebas) yang memberikan pengaruh dan *dependent variable* (variabel terikat) yang diberikan pengaruh. Penerapan

konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik *restrukturisasi* sebagai variabel bebas atau yang mempengaruhi (*independent variable*), dan perilaku bullying yang rendah sebagai variabel terikat atau yang dipengaruhi (*dependent variabel*).

Ada dua jenis instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: (1) Bahan perlakuan berupa skenario pelaksanaan konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik restrukturisasi, dimana dalam kegiatan ini terbagi dalam 5 sesi. (2) Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket dan observasi, (terlebih dahulu divalidasi ahli dan selanjutnya diuji lapangan terbatas dengan sampel percobaan sebanyak 10 orang untuk mengetahui validitas dan realibilitasnya.).

Pengujian Validitas yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam angket yang mengungkap tentang perilaku bullying. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan program SPSS 25,00 *for windows*. Pengujian Validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam angket yang mengungkap tentang perilaku bullying. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan program SPSS 25,00 *for windows*. Uji validitas dilakukan dengan tujuan untuk menunjukkan tingkat kesahian instrumen yang akan digunakan dalam mengumpulkan data penelitian. Uji validitas item dilakukan dengan mengkorelasikan setiap item dengan komponen, sedangkan komponen dikorelasikan dengan total item. Adapun kriteria yang digunakan adalah apabila nilai r yang diperoleh < (lebih kecil atau kurang) dari 0,538 maka hasilnya dinyatakan tidak valid dan jika nilai $r \geq$ (lebih besar atau sama dengan) dari 0,3 maka hasilnya dinyatakan valid. (Sugiyono, 2009: 32).

Dari hasil uji coba lapangan terhadap 10 responden, ditemukan ada 5 item angket yang tidak valid yaitu item nomor 4 (0,071), nomor 15 (0,221), nomor 16 (0,088), nomor 23 (0,097) dan nomor 25 (0,040). Berdasarkan hasil tersebut, maka item yang valid dan dijadikan sebagai item penelitian berjumlah 25 item.

Uji Reliabilitas merupakan Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden tersebut mengisi angket pada waktu yang tidak bersamaan atau pada tempat yang berbeda, walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik. Dalam penentuan tingkat reliabilitas suatu instrumen penelitian dapat diterima apabila memiliki koefisien alpha lebih besar dari 0,05, sesuai yang dikemukakan oleh Nugroho dan Suyuthi (Sugiyono, 2009: 32).

Dari hasil perhitungan dengan SPSS 25,00 diperoleh nilai koefisien alfa yaitu sebesar 0,514. Dari kriteria yang ditetapkan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian reliabel karena nilai koefisien alfa yang diperoleh lebih besar dari standar yang ditetapkan yaitu 0,05

Uji Homogenitas data gunanya Untuk menguji homogenitas data dilakukan pada Uji homogeneity of variance. Kriteria pengujian yang dilakukan yaitu tolak H_0 apabila nilai $\text{sig} \leq \alpha$ yang telah ditetapkan yaitu 0,05 Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis statistik nonparametrik dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Hipotesis diuji dengan statistik non parametrik dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Penggunaan uji *wilcoxon* mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis tidak harus berdistribusi normal dan homogeny (Sugiyono, 2009: 32).

Adapun dalam penelitian ini digunakan uji *wilcoxon* yang dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian tentang penerapan konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik *restrukturisasi dalam* konseling kelompok untuk meminimalisir terjadinya perilaku bullying di SMPN 3 Sungguminasa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseling kognitif behavior berbasis Islam telah dilaksanakan di

SMPN 3 Sungguminasa dengan menggunakan teknik restrukturisasi dalam konseling kelompok..

Deskripsi Hasil Penelitian, ini adalah ingin mengetahui kecenderungan perilaku *Bullying* siswa. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis deskriptif dengan bantuan program SPS 25,00. Berdasarkan hasil dari analisis deskriptif dapat diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) kecenderungan perilaku *bullying* siswa sebesar 61,1 termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 1.Statistik Deskriptif Terhadap Perilaku Bullying

Iumlah subjek(N)	Keterangan	Skor
10	Mean	61.100
	Median	62.500
	Mode	56.00
	Sum	611.00

Sumber: Data deskripsi hasil penelitian

Kategorisasi tingkat perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa diperoleh berdasarkan hasil pretest yang diberikan kepada 10 orang siswa di sekolah

tersebut.analisis deskriptif berdasarkan data distribusi dan persentase yang dapat dilihat pada table berikut.

Tabel. 2 Distribusi frekuensi dan persentase perilaku bullying siswa sebelum perlakuan

No	Interval	Kategori	F	%
1	86-100	Tinggi	0	0
2	60 – 85	Sedang	9	90
3	46 – 65	Rendah	1	10
4	26 – 45	Sangat rendah	0	0
Jumlah			10	100

Sumber: Hasil Angket pretest

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari kategorisasi perilaku bullying siswa setelah menggunakan metode konseling behavior berbasis Islam, dengan teknik restrukturisasi dalam layanan konseling kelompok, sesuai dengan skor angket yang diperoleh nilai rata-Distribusi frekuensi dan persentase perilaku

rata sebesar 61,1 dimana nilai rata-rata tersebut berada pada interval 80 yang berarti bahwa tingkat perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa sebelum diberikan konseling kelompok melalui teknik restrukturisasi berada pada kategori sedang.

Tabel. 3 bullying siswa setelah perlakuan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	86-100	Tinggi	0	0
2	60 – 85	Sedang	0	0
3	46 – 65	Rendah	9	90
4	26 – 45	Sangat rendah	1	10
Jumlah			10	100

Sumber: hasil posttest

Tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat perilaku bullying siswa di kelas IX SMP Negeri 3 Sungguminasa sebelum diberi konseling kognitif behavior berbasis Islam dalam kategori rendah. Setelah diberikan konseling kelompok melalui teknik restrukturisasi maka tingkat perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat pada table 4.4 bahwa tingkat perilaku bullying siswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 0%, kategori sedang 0%, kategori rendah 9 responden (90%) dengan interval (46-65) dan kategori sangat rendah sebanyak 1 responden (10%) responden dengan interval (26-45). Hal ini berarti bahwa tingkat perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa

setelah diberikan konseling kognitif behavior berbasis Islam melalui teknik restrukturisasi dalam bentuk konseling kelompok berada pada kategori rendah. Kategorisasi perbedaan penerapan konseling kognitif behavior berbasis Islam di SMPN 3 Sungguminasa dapat dilihat dari perbedaan hasil pretest dan hasil posttest.

Berdasarkan perbedaan hasil analisis data secara deskriptif pada kelompok pretest dan posttest, siswa setelah diberikan perlakuan, maka menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Perbedaan tersebut karena adanya perlakuan berupa konseling kognitif behavior berbasis Islam yang diterapkan untuk siswa perilaku bullying. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 4 Behavior Berbasis Islam

N	Mean	Dk	t _{table}	t _{hitung}
10	Pre test =72,10 Post test = 61.10	N-2= 8	0,05	8,501

Sumber: Data deskripsi hasil pretest dan posttest

Berdasarkan perbedaan data deskripsi antara data pretest dan data posttest siswa, setelah diberikan perlakuan menunjukkan adanya perbedaan yang berarti. Uraian di atas adalah gambaran tentang data yang diperoleh dari hasil penelitian dan belum menunjukkan hasil penelitian sesungguhnya. Untuk mengetahui hasil penelitian sesungguhnya

Berdasarkan deskripsi variable, dan pengujian hipotesis. Pembahasan hasil penelitian ini dikembangkan dari temuan-temuan penelitian yang selanjutnya dihubungkan dengan pokok-pokok yang dituangkan dalam latar belakang masalah dan yang disertai dengan landasan teori yang relevan.

Pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa, mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yakni manusia yang beriman dan bertaqwa, namun tidak dapat dipungkiri bahwa terjadi kekerasan di kalangan peserta didik kita. WHO sebagai badan organisasi kesehatan dunia mendefinisikan kekerasan sebagai penggunaan kekuatan atau daya fisik yang disengaja, yang merupakan ancaman atau sebenarnya, terhadap diri sendiri, orang lain, atau terhadap sebuah kelompok atau komunitas, sehingga akan mengakibatkan cedera, kematian atau bahaya fisik, perkembangan yang salah atau kerugian. (S

Hymel, Henderson Rocke, && R. A Bonanno, 2005).

Sumber permasalahan yang terjadi di lingkungan sekolah tempat penelitian ini adalah, adanya tindakan agresif/perilaku bullying antar siswa yang terjadi di sekolah tersebut. Seperti saling mengejek, memukul, mendorong, mengancam, memalak, memanggil dengan panggilan buruk atau memanggil dengan nama orang tuanya, melempar dan berkelahi. Siswa yang suka melakukan hal tersebut biasanya yang mempunyai kesulitan dalam membangun pertemanan yang sejati, sulit mengontrol emosi, mempunyai problem perilaku dan prestasi akademik yang buruk oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa atau siswi lain yang dianggap lebih lemah.

Untuk membantu penanganan masalah bullying di sekolah, maka dalam penelitian ini mencoba menawarkan konsep konseling kognitif behavioral berbasis Islam merupakan salah satu bentuk konseling yang bertujuan membantu klien/konseli agar dapat menjadi lebih sehat, memperoleh pengalaman yang memuaskan, dan dapat memenuhi gaya hidup tertentu, dengan cara memodifikasi pola pikir dan perilaku tertentu sesuai dengan tuntunan agama Islam .

Hal ini menunjukkan bahwa siswa mengalami masalah yang dianggap perlu

mendapatkan perhatian dan solusinya. Oleh karena itu peneliti menerapkan konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan model konseling kelompok terhadap 10 orang siswa SMP Negeri 3 Sungguminasa sebagai siswa yang diteliti.

Penggunaan konseling kelompok dipilih karena memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok yang harmonis.

Penelitian diawali dari study pendahuluan terhadap siswa yang melakukan perilaku bullying di sekolah, disertai himpunan data berupa catatan kasus siswa dari guru BK, dari studi pendahuluan tersebut maka ditetapkan siswa yang layak menjadi subyek penelitian dan mengikuti 5 kali kegiatan konseling kognitif berbasis Islam. Sebelum diberikan perlakuan/treatment konseling diberikan pretest dan sesudah perlakuan diberikan posttest.

Berdasarkan hasil penelitian dengan analisis hasil deskriptif menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat perilaku bullying sebelum dan setelah penerapan konseling kognitif behavior berbasis Islam. Tingkat perilaku bullying siswa sebelum dilaksanakannya konseling kognitif behavior berbasis Islam berada pada kategori sedang, namun setelah dilaksanakan konseling kognitif behavior berbasis Islam maka tingkat perilaku bullying di SMP Negeri 3 Sungguminasa berada pada kategori sangat rendah. Dapat dilihat dari sangat kurangnya siswa yang melapor ke guru tentang terjadinya perilaku bullying, dan pelaku bullying sudah mulai membuka diri dan bersahabat dengan teman-temannya.

Pada akhir penelitian atau sesudah pemberian perlakuan, ditemukan perbedaan sebelum dan setelah penerapan konseling kognitif behavior berbasis Islam. Dalam hal ini sebelum pelaksanaan pretest maka perilaku berada pada skor rata-rata dari sangat tinggi 0 ke tinggi 0 ke sedang 5 ke rendah 5 dan sangat rendah 0. Namun setelah dilaksanakan perlakuan dan posttest maka skor rata-rata yang diperoleh adalah dari sangat tinggi 0 ke tinggi 0 ke sedang 0 ke rendah 0 dan sangat rendah 10. Hal ini mengindikasikan adanya pengaruh yang signifikan dan positif dari perlakuan yang ditetapkan mengenai perilaku bullying siswa dengan menggunakan teknik konseling kognitif behavior berbasis Islam.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *bullying* siswa di sekolah dapat diturunkan dengan menggunakan konseling kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik restrukturisasi dalam konseling kelompok, hal ini ditunjukkan dari hasil analisis data dengan menggunakan uji t-tes pada table 4.3. hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh thitung > t tabel ($8,501 > 1,83$) maka, H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya perilaku *bullying* dapat dikurangkan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan model kognitif behavior berbasis Islam dengan teknik restrukturisasi pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sungguminasa tahun ajaran 2018/2019

Berdasarkan analisis data di atas, menunjukkan bahwa terdapat penurunan perilaku *bullying* siswa di sekolah setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok. Hasil analisis data penelitian, diketahui bahwa hasil *posttest* masing-masing siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok lebih rendah dibandingkan dengan hasil *pretest* sebelum diberikan perlakuan atau layanan. Penurunan perilaku *bullying* siswa ini juga didukung dengan hasil observasi yang menunjukkan adanya penurunan perilaku *bullying* siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi. Hasil observasi dalam penelitian ini adalah dengan melalui pengamatan langsung terhadap subyek dalam penelitian, adapun aspek-aspek yang diobservasi adalah partisipasi, toleransi, perhatian, dan inisiatif. Tujuannya adalah untuk mengetahui sejauhmana siswa dapat berpartisipasi, melakukan toleransi, mencurahkan perhatiannya dan berinisiatif dalam proses kegiatan konseling tersebut

Konseling kognitif behavior berbasis Islam merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pola pikir dan pemahaman tentang diri sendiri dan interaksinya dengan orang lain. Sedangkan layanan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi merupakan cara yang baik untuk menangani konflik-konflik antar pribadi dan membantu individu dalam pengembangan kemampuan pribadi mereka (Warner & Smith dalam Wibowo, 2005)

Penelitian ini mendeskripsikan tentang konsep bimbingan dan konseling kognitif

behavior melalui pendekatan Islam untuk membantu menumbuhkan pola pikir dan perilaku positif siswa. CBT merupakan bentuk terapi kognitif pada perilaku yang menyimpang, bimbingan dan konseling ini selain akan merubah tingkah laku juga akan merubah cara berfikir konseli yang salah.

Konsep bimbingan dan konseling Islam melalui pendekatan CBT merupakan pendekatan yang akan merubah konseli un realistic dikaitkan dengan pendidikan agama sehingga lebih maksimal dalam membantu meningkatkan sikap dan perilaku siswa. CBT Islami esensinya terletak pada tahap konseling yang dilakukan, konseli diarahkan untuk menemukan tujuan akhir perbuatan atau tingkah laku yang dilakukan yaitu untuk mendapat ridho Allah SWT.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 3 Sungguminasa, maka dapat disimpulkan bahwa:

(1) Gambaran tentang konseling kognitif behavior bernuansa islam terhadap perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa pada umumnya berada pada kategori sedang, namun setelah diberikan perlakuan dengan konseling kognitif behavior bernuansa islam maka berada pada kategori rendah.

(2) Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kognitif behavior bernuansa islam terhadap perilaku bullying siswa di SMP Negeri 3 Sungguminasa

Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 3 Sungguminasa adalah:

Kepada siswa

1. Agar senantiasa meningkatkan rasa tanggung jawab sehingga tidak melakukan hal-hal yang dapat merugikan dirinya maupun orang lain, sehingga mampu merubah pola fikir dan perilakunya agar dapat mendapatkan kehidupan yang lebih baik dimasa yang akan datang.

2. Kepada guru Bimbingan dan Konseling Hasil penelitian merujuk kepada teknik konseling kognitif behavior bernuansa islam dalam mengantisipasi perilaku bullying siswa, untuk itu guru bimbingan

konseling / konselor dapat menerapkan pendekatan ini dalam menangani perilaku bullying siswa di sekolah. oleh sebab itu diperlukan pula upaya konselor agar teknik ini mencapai hasil yang maksimal maka diperlukan adanya proses konseling secara konsisten dan berkelanjutan serta melibatkan pihak guru, wali kelas dan orang tua..

3. Peneliti

a) Hasil penelitian dapat dijadikan sebuah ilmu dan pengalaman yang berharga guna menghadapi permasalahan dimasa depan dan menjadi sarana pengembangan wawasan mengenai *bullying* dan dampaknya terhadap kemampuan interaksi sosial siswa.

b) Diharapkan dapat memperluas subyek penelitian tentang konseling kognitif behavior bernuansa islam terhadap perilaku bullying siswa, tidak hanya pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP) akan tetapi diperluas lagi pada jenjang yang lebih rendah (SD) atau jenjang yang lebih tinggi (SMU)..

4. Kepala Sekolah

Diharapkan kepada kepala sekolah agar menyiapkan kebutuhan yang diperlukan oleh konselor dalam pelaksanaan bimbingan, agar dalam pelaksanaannya dilapangan dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

Ali, N. (2006). *Menelusuri Konsep Masyarakat Ideal Dalam Al-Quran*. Bandung: Erlangga.

Archer, J., & Coyne, S. M. (2005). *An integrated review of indirect, relational, and socialaggression*.

Arnkoff & Glass, 1992. *Theory And Practice Of Counseling And Psychoterapy*. (Buku Terjemahan Seventh Edition).

Aqib, & Zaenal. (2011). *Pendidikan Karakter Membangun Perilaku Positif Anak Bangsa*. Bandung: Yrama Widya.

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, & Ponny, R. (2008). *Meredam Bullying*. Jakarta: Grasindo.
- Beane, A. L. 2008. *Protect Your Child From Bullying*. San Fransisco: Jossey-Bass
- Colorosa, B. (2007). *Stop Bullying (Menurut Rantai Kekerasan Anak Prasekolah Hingga SMU)* .<http://www.journalkidsareworthit.com/>.
- Cormier, Nurius, && Osborn. (2009). *Interviewing and Change Strategies for Helpers Fundamental Skills and Cognitive Behavioral Interventions 6th*. Edition: Brooks/Cole.
- Hamdani, A.-D. B. (2002). *Konseling dan Psikoterapi Islam* . Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Hawari, D. (1997). *Doa dan Zikir sebagai Pelengkap Terapi Medis*. Jakarta: PT Bhakti Primayasa.
- Hertz D, && Wright. (2013). *Bullying and suicide: A public health approach*. Journal of Adolescent Health. <http://www.jonline>.
- Hurlock, B. E. (1990). *Psikologi Perkembangan*. Alih Bahasa: Istiwiidayati, Soedjarwo.<https://www.journal.ac.id/default.aspx?tabID=52&rang=Hurlock%2C+Elizabeth>
- Komite, I. A. (2015). Pelaku kekerasan anak tiap tahun meningkat. . (Online). Tersedia: <http://www.kpai.go.id>. (3 Maret 2019).
- Michele J, & Pearce. (2015). Bullying and suicide: A public health approach. Journal of Adolescent Health. di Unduh dari :<http://www.jonline.org> tanggal 22 Maret 2019.
- Nita Trimulyaningsih 2017 (Qualitative Research on Islamic Psychotherapy: A Metasynthesis Study in Indonesia)<http://journal.konselor.or.id/index.php/counsedu/article/view/56> diakses tanggal 3 Maret 2019
- Prayitno. (2015). *Bullying Di Sekolah Dan Fenomena Bullying Siswa Bandung*: Yrama Widya.
- S Hymel, Henderson Rocke, && R. A Bonanno. (2005, 11 8). *Moral Disengagement: A Framework for Understanding Bullying Among Adolescents*. Journal of Social Science Special Issue. p. 11.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- wibowo. (2018) *Konseling Kognitif Behavior Berbasis Islam* https://www.academia.edu/9717590/SDM_JURNAL_
- Yayasan, I. J. (2018). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah*<https://media.neliti.com/media/publications/176117-ID-profil-pelaku-dan-korban-bullying-di-sek>. dis akses tanggal 5 Februari 2019 .

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa jurnal artikel belum pernah di publikasikan sebelumnya dimanapun, dan dalam bentuk apapun yang saya tulis ini tidak memuat karya atau bagian karya orang lain, kecuali yang telah disebutkan dalam kutipan dan daftar pustaka sebagaimana layaknya karya ilmiah.

Makassar, 27 mei 2019

Penulis

Tanti Agustina Selvianti